SANTUÁRIO DE FÁTIMA
SHRINE OF FATIMA



Praktische Hinweise für eine Fußwallfahrtr

1. Vorbereitung der Wallfahrt: Praktische und logistische Aspekte

Vorbeugemaßnahmen

- Als Vorbereitung, Wanderungen durchführen;
- Fußnägel kurz schneiden, evtl. – falls möglich und nötig – eine Fußpflege in Anspruch nehmen;
- Einige Tage vor dem Beginn der Wallfahrt sind Fußbäder in warmem Salzwasser zu empfehlen.

Auf dem Weg mitnehmen

- Gebrauchte – keine neuen! – Schuhe, in denen man bequem gehen kann;
- Ein Paar Wanderschuhe und Hausschuhe als Ersatz;
- Baumwollstrümpfe möglichst ohne Naht (sonst mit der Innenseite nach außen anziehen);
- Weite Baumwollkleidung, hell, mit langen Ärmeln (nur das Nötigste für jeden Tag);
- Kälteschutz für die Nacht;
- Taschenlampe;
- Sonnenschutzcreme, nach Möglichkeit auch Sonnenbrille;
- Kopfbedeckung und Regenschirm (und/oder Regenschutz – Regenponcho oder ähnliches);
- Lippenpflegestift;
- Wasser, Trockenobst und Zucker.

Einige ergänzende Hinweise

- Denken Sie daran, die Medikamente mitzunehmen, die Sie regelmäßig einnehmen müssen;
- Folgen Sie bitte den Anweisungen Ihres Arztes und nehmen Sie nicht zu viele Medikamente (vor allem nicht zu viele Schmerzmittel);
- Kennzeichnen Sie Gepäck und Handtaschen mit Ihren Kontaktdaten (Name, Adresse und Telefonnummer);
- Nehmen Sie genug Bargeld mit, aber nicht zu viel;
- Benutzen Sie keine Kleidung aus Kunststoff (Funktionskleidung ausgenommen);
- Benutzen Sie keine Plastiktüten, um sich zu schützen oder zu bedecken;
- Nehmen Sie keine Kleinkinder mit auf den Pilgerweg.

2. Empfehlungen für den Weg

Unterwegs

- Gehen Sie am Straßenrand hintereinander und nicht als Gruppe nebeneinander;
- Gehen Sie nicht auf der Fahrbahn, sondern am Straßenrand bzw. der Standspur;
- Gehen Sie nicht auf Straßen, die für Fußgänger gesperrt sind („IP“ und „IC“);
- Wenn Sie in der Dunkelheit pilgern, benutzen Sie eine Reflektorjacke oder andere reflektierende Kleidung und gehen Sie nicht alleine;
- Benutzen Sie keine Kopfhörer während des Pilgerns (insbesondere am Straßenrand) und erlauben Sie dies auch nicht den Pilgern, die unter Ihrer Verantwortung sind;
- Benutzen Sie kein Handy während Sie am Straßenrand pilgern;
- Nehmen Sie keine alkoholischen Getränke zu sich, weder vor noch während des Pilgerns;
- Pilgern Sie nicht bei großer Tageshitze;
- Gehen Sie nicht zu schnell;
- Gehen Sie nicht mehr als 30 km pro Tag;
- Planen Sie im Voraus die Orte und Zeiten für die Mahlzeiten und für die Übernachtungen;
- Achten Sie auf vorbeifahrende Autos auch während Sie beten oder singen;
- Falls Sie Ihre Pilgergruppe versammeln wollen, tun Sie dies in genügendem Abstand zur Fahrbahn;
- Die Fahrzeuge, die die Pilgergruppe begleiten, sollen Halteorte auf der linken Seite der Fahrbahn suchen, damit die Pilger die Fahrbahn nicht überqueren müssen, um zum Fahrzeug zu gelangen;
- Helfen Sie den müderen Pilgern und lassen Sie sie nicht alleine.

Ruhezeiten

- Planen Sie eine einstündige Pause am Vormittag und eine zweistündige Pause nach dem Mittagessen;
- Nehmen Sie eher leichte Mahlzeiten zu sich, am besten mehrmals am Tag;
- Trinken Sie nicht aus Bechern oder Gläsern, die schon andere Personen benutzt haben;

- Während den Ruhepausen legen Sie Ihre Füße nach Möglichkeit hoch;
- Respektieren Sie die Ruhepausen der anderen und fördern Sie die Stille;
- Versuchen Sie, mindestens sechs Stunden pro Nacht zu schlafen;
- Versuchen Sie, den Umständen entsprechend ein Minimum an Körperhygiene zu sichern;
- Seien Sie vorsichtig bei der Benutzung von öffentlichen WCs;
- Lassen Sie keinen Müll auf dem Boden liegen und verlassen Sie die Rastplätze in einem sauberen Zustand.

Hilfe-Stationen / Erste-Hilfe-Stationen auf dem Weg

- Achten Sie auf die Hilfe-Stationen, die mit dem Zeichen der Fußpilger gekennzeichnet sind;
- Wenn Sie ankommen, waschen Sie Ihre Füße und ziehen Sie saubere Strümpfe an;
- Warten Sie, bis Sie dran sind, und versuchen Sie während der Wartezeit, eine ruhige Atmosphäre mitzutragen;
- Behandeln Sie die Helfer mit Respekt und vertrauen Sie ihnen;
- Sorgen Sie mit für die Sauberkeit und die Hygiene an den Hilfe-Stationen;
- Respektieren Sie die Zeiten des Gebets und die Ruhepausen.

3. Nach der Ankunft im Heiligtum von Fatima

- Nehmen Sie an den Feiern des offiziellen Programms des Heiligtums teil;
- Erfüllen Sie Ihre Versprechen in einfältiger ??? und gläubiger Haltung;
- Wahren Sie die Stille und respektieren Sie das Gebet der anderen Pilger;
- Versuchen Sie, sich mit Gott und den Mitmenschen zu versöhnen;
- Suchen Sie bei Bedarf die Dienststellen des Heiligtums für Fußpilger auf;
- Respektieren Sie den Heiligtumsbezirk als einen heiligen Ort und tragen Sie zur Sauberkeit des Bezirks bei;
- Nehmen Sie Ihre Mahlzeiten nur an dafür geeigneten Orten ein.

4. Koordinaten und Wegkarten

GPS-Koordinaten

Das Heiligtum Unserer Lieben Frau des Rosenkranzes von Fatima liegt auf einer Höhe von 300 Meter, in der portugiesischen Region Zentrum, und hat folgende GPS-Koordinaten:
Breite: 39º37'52.06"N | Länge: 8º40'23.47"W

5. Empfang am Heiligtum

Bei den Internationalen Wallfahrten zum Jahresgedächtnis der Erscheinungen (jeweils Mai bis Oktober)

Um Mindestvoraussetzungen für die Unterbringung der Pilger, die zu Fuß zum Heiligtum

von Fatima kommen, zu wahren, werden für sie mehrere Übernachtungsorte bereitgestellt. Die Aufnahmestelle für Fußpilger ist im Exerzitienhaus Unserer Lieben Frau von den Schmerzen („Casa de Retiros de Nossa Senhora das Dores“), neben der Erste-Hilfe-Stelle.

Die vom Heiligtum angebotene Übernachtungsmöglichkeit gilt wie folgt:

- Die Aufnahmestelle für Fußpilger öffnet an folgenden Tagen:
  a) im Mai ab dem 9. d.M. um 15:00 Uhr;
  b) im Juni, Juli und September ab dem 11. d.M. um 09:00 Uhr
  c) im August und Oktober ab dem 10. d.M. um 10:00 Uhr;
- Es werden keine Reservierungen im Voraus angenommen
- Die Pilger werden in der Reihenfolge ihrer Ankunft bedient;
- Die Unterbringung erfolgt in Schlafsälen oder Militärzelten (Matratzen auf dem Boden, Kopfkissen, Bettlaken und Wolldecke werden bereitgestellt);
- Die Fußpilger bekommen Bons für eine Suppe oder einen Eintopf zum Mittag- und Abendessen und für Kaffee mit Milch zum Frühstück.

Diese Dienste sind für Fußpilger kostenlos.

Außerhalb der Internationalen Wallfahrten zum Jahresgedächtnis der Erscheinungen

Das Heiligtum ist stets bemüht, alle aufzunehmen, die zu Fuß nach Fatima pilgern, und zwar auch an allen Tagen, die nicht mit den Wallfahrten zum Jahresgedächtnis der Erscheinungen zusammenfallen.

In diesen Zeiträumen sind für die Unterstützung durch das Heiligtum folgende Voraussetzungen zu berücksichtigen:

- Unterbringung in Schlafsälen wird angeboten;
- Pilgergruppen sollen ihren Bedarf an Unterkunft frühzeitig melden.

PEREGRINAÇÃO > Palavras-chave da mensagem de Fátima

DOCUMENTAÇÃO > Subsídios Pastorais > Rosário

„Wir verließen schon ziemlich früh das Haus, da wir mit Verzögerungen auf dem Weg rechneten. Das Volk kam in Massen. Es regnete in Strömen. […] Auf dem Weg die Szenen des vergangenen Monats, aber noch zahlreicher und bewegender. Nicht einmal der Schlamm auf den Wegen konnte diese Leute aufhalten, sich in demütiger und bittender Haltung niederzuknien. Wir kamen in der Cova da Iria bei der Steineiche an und unter einer inneren Eingebung bat ich das Volk, die Regenschirme zu schließen, um den Rosenkranz zu beten. Kurz darauf sahen wir den Lichtschein und dann Unsere Liebe Frau über der Steineiche. / *Erinnerungen der Schwester Lucia*, Band I, 10. Auflage. Fatima: Sekretariat der Hirtenkinder, 2011, S. 193

„Du hast die Schritte meines Pilgerns gezählt.“ / nach Ps 56,9

www.fatima.pt/de/pages/praktische-hinweise-fur-eine-fubwallfahrt